

راهکارهای بهبود مدیریت کلاس تربیت بدنی



یکی از مهم‌ترین چالش‌های آموزگاران در پیاده‌سازی اهداف برنامه‌ی تربیت بدنی، مدیریت کلاس درس است که بیشتر به خاطر سطح پایین رشد اجتماعی، فکری و جسمانی دانش‌آموزان اتفاق می‌افتد. طبیعی است که دانش‌آموزان در این دوره‌ی سنی در مراحل آغازین فرایند نمو و بالیدگی هستند. لذا نوع برقراری ارتباط با آن‌ها، چگونگی سازمان‌دهی آنان و در مجموع فرایند یاددهی-یادگیری آنان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در این مقاله بر نکات کاربردی بهبود مدیریت کلاس درس تربیت بدنی در دوره‌ی ابتدایی مروری خواهیم داشت.

کلیدواژه‌ها: مدیریت کلاس تربیت بدنی، سواد جسمانی

ایجاد و توسعه‌ی توافقی‌ها و قوانین

در ابتدا قوانین و توافقی‌های کلاسی را برای دانش‌آموزان تشریح و تکرار کنید. این قوانین باید شفاف، واضح و قابل درک باشند. از طرف دیگر، نیز نباید ناقص رویکرد و اهداف برنامه‌ی درسی باشند. دانش‌آموزان را در توسعه‌ی رفتارهای هم‌جهت با این قوانین تشویق و ترغیب و برخی از قوانین را در جلسه با والدین مطرح کنید. دلایل زیادی وجود دارد که دانش‌آموزان قوانین کلاس را رعایت نکنند. این دلایل ممکن است شامل عوامل خارج از مدرسه (مانند شرایط اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی خانواده) یا عوامل داخل مدرسه (کسالت، ارتباطات و...) باشند.

تنظیم رفتارهای تقویتی مناسب

- از نزدیک کنترل کنید: به کودک‌کی که رفتارهای نامناسب دارد، نزدیک شوید. نزدیک شدن به دانش‌آموزان غالباً باعث می‌شود بیشتر تمرکز کنند و رفتار خود را اصلاح کنند.
- نمای کلی داشته باشید: بچه‌ها را طوری سازمان‌دهی کنید که بتوانید همه‌ی آن‌ها را در یک نمای کلی مشاهده کنید. بی‌شک محل استقرار شما نیز نقش مهمی در این باره دارد.
- گاهی نادیده بگیرید: گاهی اوقات اگر از الگوی رفتاری یک

کودک اطلاعات کافی دارید، شاید بهتر باشد رفتار نامناسب او را برای یک مرتبه نادیده بگیرید. این کار را با نشان دادن علامتی مانند «تکان دادن سر به سمت چپ و راست» یا «قرار دادن دندان‌های بالایی روی لب‌های پایینی» به وی متذکر شوید. ۴. مثبت‌اندیش باشید: به جای اشاره به رفتارهای نادرست، به رفتارهای مثبت کودک اشاره کنید تا در حفظ محیط یادگیری مثبت موفق‌تر باشید. مثلاً به جای اینکه بگویید «در حین صحبت‌های من توپ را زمین نزن»، می‌توانید بگویید «من دوست دارم، موقعی که صحبت می‌کنم، توپ در دستتان بماند».

واکنش مناسب به نقض قوانین

هلیسون (۲۰۱۱) برای مقابله با واکنش‌های منفی و رفتارهای نامناسب دانش‌آموزان در کلاس تربیت بدنی راهبردهایی را پیشنهاد داده است.

- انعطاف‌پذیری: بسته به میزان رفتارهای نامناسب، زمان اختصاص یافته برای یک فعالیت را گسترش یا کاهش دهید. انجام یک تمرین برای دانش‌آموزان ممکن است ملال‌آور و با واکنش‌های منفی همراه باشد. لذا می‌توانید زمان آن را کاهش دهید.
- مذاکره: گفت و گو با دانش‌آموزان در خصوص یک مسئله با چالش و توافق بر سر آن.
- قانون مادر بزرگ: این روش زمانی می‌تواند مورد استفاده قرار گیرد که کودکان علاقه‌ای به یک تمرین نشان ندهند یا از مشارکت خودداری کنند. «قانون مادر بزرگ اعلام می‌کند که بچه‌ها قبل از بیرون رفتن برای بازی، باید شام بخورند».



تصدیق کنید. از تحسین‌های مناسب و در زمان خود استفاده کنید. تحسین به اندازه‌ی عملکرد انجام شود و علت آن ذکر شود. مثلاً به جای گفتن «عالی»، بگویید «حرکات دست‌هایت عالی بود».

مشتاق باشید. تن صدا، وضعیت بدنی، حالت صورت و هیجان کلی همه بر نحوه‌ی واکنش دانش‌آموزان به شما و اینکه احساس کنند حواستان به آن‌هاست، تأثیر می‌گذارد.

قاطع باشید، اما خونسردی خود را حفظ کنید. معلمانی که خشمگین می‌شوند، متهم می‌شوند، بحث می‌کنند، با عصبانیت صحبت می‌کنند، از مجازات سخت استفاده می‌کنند، و رفتارهای پرخاشگرانه نشان می‌دهند. از طرف دیگر، رفتار مؤثر در معلمان، واکنش‌های مثبتی نیز از طرف دانش‌آموزان ارائه خواهد کرد. به تفاوت‌های فرهنگی کودکان احترام بگذارید.

طراحی آموزشی مناسب

یکی دیگر از مهم‌ترین و مؤثرترین عوامل مداخله‌گر در مدیریت کلاس درس، طراحی آموزشی است. بدیهی است متغیرهای زیادی در طراحی آموزشی شما نقش اساسی خواهند داشت؛ از تراکم دانش‌آموزان کلاس گرفته تا فضا، تجهیزات و امکاناتی که در اختیار شما هست. هر چقدر خلاقیت به خرج دهید و دانش‌آموزان را بیشتر درگیر فعالیت کنید، فرصت رفتارهای نامناسب را از آن‌ها خواهید گرفت. بیشتر دانش‌آموزان زمانی رفتار نابهنجار را انجام می‌دهند که یا درگیر فعالیت نیستند یا از فعالیت لذت نمی‌برند. بنابراین طراحی بازی‌های شاد، مفرح، و با مشارکت حداکثری، می‌تواند سازنده‌تر باشد. اگر امکانات کافی به تعداد دانش‌آموزان ندارید، می‌توانید با کمی خلاقیت از وسایل ساده‌ی در دسترس استفاده کنید و یا تمرین‌ها را به صورت ایستگاهی بچینید. به‌عنوان مثال، ممکن است در آموزش پرتاب فقط چهار توپ داشته باشید. می‌توانید از بچه‌ها بخواهید با مچاله کردن چند کاغذ باطله و چسب زدن اطراف آن، توپ‌های کاغذی شخصی درست کنند.

منابع:

- Hellison, D. (2011). Teaching personal and social responsibility through physical activity (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Cleland D, F, Mueller, S, Gallahue, D (2016), Developmental Physical Education for All Children Theory Into Practice, (5rd ed.), IL: Human Kinetics.

به‌طور مشابه، معلم تربیت‌بدنی ممکن است بگوید «اگر دانش‌آموزی یک حرکت (مانند شنای سوئدی) را ۱۰ مرتبه تکرار کند، آن وقت می‌تواند وارد بخش بازی شود».

۴. معلم هدایتگر: در این روش، آموزگار گروهی متشکل از دانش‌آموزانی را که به ساختار بیشتری احتیاج دارند هدایت می‌کند، در حالی که سایر دانش‌آموزان فعالیت‌های خودمحو را انجام می‌دهند.

۵. کناره‌گیری: این روش را زمانی انتخاب می‌کنیم که سایر راهبردها پاسخگو نباشند. در این حالت، دانش‌آموز خاطی حداکثر به مدت ۵ دقیقه به خارج از کلاس فرستاده می‌شود. البته باید تحت کنترل آموزگار باشد. این کار باعث می‌شود دانش‌آموز از هیجانانش کاسته شود، تمرکز کند و فرصت فکر کردن داشته باشد.

برقراری تعامل خوب، مثبت و سازنده با دانش‌آموزان

اگر با دانش‌آموزان با احترام رفتار کنید و از رفتارهای مثبت الگوبرداری کنید، رفتار دانش‌آموزان نیز منعکس‌کننده‌ی رفتار شما خواهد بود. معلمانی که احترام کمی به دانش‌آموزان می‌گذارند، احترام کمی نیز از دانش‌آموزان دریافت می‌کنند. برقراری رابطه‌ی خوب با دانش‌آموزان، پایه و اساس فضای کلاسی مثبت است. **هلیسون (۲۰۱۱)** معتقد است، برای اینکه «با بچه‌ها رابطه برقرار کنیم»، معلمان باید به کودکان احترام بگذارند و بدانند که آن‌ها افراد منحصر به فردی هستند که ارزش‌ها، ادراک‌ها، ترس‌ها و آرزوهای متفاوتی دارند.

تحسین کنید. برای تقویت اعتماد خود به آن‌ها، موفقیت آن‌ها را